

Estudiantes de Enfermería y de Nutrición y Dietética UBB sensibilizaron a la comunidad para prevenir el cáncer

**Sensibilizar a la población sobre la importancia de la prevención, el control de factores de riesgo y la relevancia del autocuidado para contribuir a reducir la incidencia y mortalidad de la enfermedad fue el principal objetivo de la Feria Ciudadana de la lucha contra el Cáncer convocada por la Mesa Regional Intersectorial de Cáncer en la Mujer.**



Estudiantes de las carreras de Enfermería y de Nutrición y Dietética fueron protagonistas de dicha feria, que también consignó la participación de la delegación Ñuble de la Seremi de Salud, el Servicio Nacional de la Mujer y la Equidad de Género (SERNAMEG), el Servicio de Salud Ñuble y el Programa de la Mujer.

La académica del Departamento de Enfermería, Dra. Carmen Luz Muñoz, destacó que las y los estudiantes de las respectivas carreras UBB orientaron a la comunidad sobre estilos de vida y alimentación saludable e igualmente realizaron evaluaciones nutricionales. Las estudiantes de Enfermería también ilustraron sobre el cáncer de vesícula, que si bien afecta a hombres y mujeres, los casos en las féminas casi triplican a los varones.

En la feria también participaron Matronas del Centro de Salud Familiar Violeta Parra quienes se refirieron particularmente a medidas preventivas como el autoexamen de mamas y la toma del papanicolau o PAP que permite detectar el cáncer cervicouterino.

De acuerdo a información del Servicio de Salud Ñuble, el año 2015 en la provincia fallecieron 807 personas producto de los diversos tipos de cáncer, siendo el de estómago el que más muertes provoca.

El Sistema de Garantías Explícitas en Salud, GES, ha incorporado el diagnóstico y tratamiento para algunos tipos de cánceres como el Cáncer de Mama, Cáncer Cervicouterino y Colectomía

Preventiva en adultos de 35 a 49 años, lo que evidencia la relevancia que la política pública otorga a estas patologías.

A través de diversos stands se destacó la importancia de la dieta en la prevención de múltiples enfermedades y particularmente del cáncer. Por ello se recomendó incluir el consumo diario de verduras, frutas frescas de distintos colores, y legumbres a lo menos dos veces por semana.

Asimismo, hay alimentos denominados protectores que en forma natural contienen componentes que ejercen efectos beneficiosos para la salud. Entre ellos se encuentra el brócoli, el ajo, cúrcuma o jengibre, la zanahoria y los tomates que aportan nutrientes que impiden la oxidación de las células. Igualmente recomendables son el maqui, los arándanos, frambuesas, frutillas y moras.